

Согласовано



Директор

МОУ Великосельская СШ

/Ежикова М С /

МЕНЮ

19 декабря 2023 г.

Возрастная категория 7-11 лет

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------|---------------|--|--------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 2006 | 297 | *ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ, | 150/30 | 19,9 | 18,7 | 40,9 | 437 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,3 | 0,8 | 16,1 | 83 |
| 2008 | 407 | КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА | 200 | | | 17,7 | |
| Итого | | | | 22,2 | 19,5 | 74,7 | 520 |
| Обед | | | | | | | |
| 2006 | 169 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ | 200 | 4,4 | 7 | 6,7 | 111 |
| 2006 | 403 | ПЛОВ | 180 | 13,4 | 14,5 | 34,9 | 331 |
| 2006 | 113 | БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА" | 50 | 4,2 | 2,8 | 27,4 | 152 |
| | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 2 | 0,3 | 12,3 | 60 |
| 2021 | 457 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200/10 | 0,2 | | 9,1 | 37 |
| Итого | | | | 24,2 | 24,6 | 90,4 | 691 |
| Всего | | | | 46,4 | 44,1 | 165,1 | 1211 |